

PENGARUH TINGKAT PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TERHADAP PRESTASI AKADEMIK SISWA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO

Yudha Febrianta¹

Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Universitas Muhammadiyah Purwokerto
yudha.febrianta@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD UMP, dengan jumlah 40 siswa. Pengambilan data menggunakan angket PHBS dan dokumentasi nilai prestasi akademik. Teknik analisis data menggunakan analisis *uji t*, melalui uji prasyarat normalitas, dan homogenitas.

Hasil *uji t* diperoleh $t_{hitung} = 13,970$ lebih besar dari $t_{(0,05)(39)} = 2,0227$ pada taraf signifikansi 5%. Ini berarti terdapat pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Kata kunci: *perilaku hidup bersih dan sehat, prestasi akademik*

PENDAHULUAN

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-12 tahun) seperti kecacingan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk dan lain sebagainya yang ternyata umum berkaitan dengan PHBS. PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penerapan PHBS ini dapat dilakukan melalui pendekatan

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan menitik beratkan kepada upaya sanitasi atau pengawasan berbagai faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi derajat kesehatan manusia (Azwar, 1999: 67).

Di dalam penjasorkes diajarkan agar para siswa terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Pembelajaran penjasorkes diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis bagi siswa agar baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Dalam kaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) hendaknya guru dapat memberi contoh

untuk membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Guru penjas hendaknya harus mengubah perilaku anak yang tidak mencerminkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Elliot dan Sander dalam M. Hamid Anwar (2005: 1) mengatakan sekarang banyak anak-anak yang kurang sadar tentang perilaku hidup bersih dan sehat, terbukti dengan aktivitas anak-anak yang banyak bermalas-malasan seperti, banyak menonton televisi, bermain *Play Station* dan tidak mempunyai kesempatan untuk bermain di luar, hanya mengalami sedikit pendidikan jasmani kurang berolahraga. Akibatnya anak menjadi kurang aktif secara jasmani dan berakibat kesehatan mereka memburuk karena mudah tertular beberapa jenis penyakit. Peneliti tertarik mengambil penelitian tentang PHBS, dikarenakan pentingnya PHBS untuk menciptakan suasana yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal agar dapat menjadikan manusia yang lebih berkualitas baik, dan maksimal dalam menjalani kehidupan.

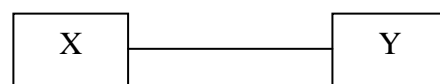
Di dalam penelitian ini, SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto sangatlah tepat unjuk menjadi bahan penelitian. Hal ini dikarenakan lokasi sekolah yang berada di kota yang mayoritas siswanya bertempat tinggal kota dan sering memainkan game online sehingga anak kurang melakukan kegiatan bermain dengan teman-teman diluar rumah. Siswa juga tidak begitu selektif dengan

jajanan yang mereka makan, apakah makanan tersebut bersih dan menyehatkan atau tidak dan beberapa siswa ada yang membuang sampah secara sembarangan dan sebagian siswa kurang merawat kuku jari serta tidak mencuci tangan ketika makan jajan tersebut. Hal itu beresiko tertular penyakit cacangan yang sering menjangkit anak-anak usia sekolah dasar. Beberapa siswa kurang bersih dan rapi dalam berpakaian dan bersepatu. Peneliti mengambil penelitian dibatasi pada kelas atas saja, hal itu untuk memperlancar penelitian. Karena kelas atas sudah dianggap fasih dalam membaca dan menulis. Berangkat dari kondisi demikian, peneliti tertarik mengambil judul dalam penelitian ini "perilaku hidup bersih dan sehat siswa Kelas IV dan V SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto".

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian survey yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat penerapan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap prestasi akademik siswa kelas IV dan V SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto.



Keterangan:

X: PHBS

C. Instrumen Data Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 203) instrumen penelitian adalah alat bantu atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah.

Instrumen dalam penelitian ini berupa angket dalam bentuk angket tertutup artinya responden diminta untuk memilih satu jawaban yang tersedia. Pengukuran dengan menggunakan skala likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju), yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan tanda (√).

2. Teknik Pengumpulan Data

Adapun metode pengumpulan data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah metode pengumpulan data dengan memberikan suatu daftar yang berisikan rangkaian pertanyaan mengenai sesuatu masalah atau bidang yang akan diteliti kepada responden (Suharsimi Arikunto, 2010: 194). Dalam pengambilan data jumlah populasi atau sampel

pertama dikumpulkan di dalam kelas, peneliti memberikan penjelasan cara mengisi angket mulai dari identitas sampai jawaban pertanyaan yang akan diisi oleh siswa, kemudian siswa atau responden diminta untuk jujur untuk menjawab sesuai pertanyaan dalam angket.

Waktu yang diberikan 40 menit untuk mengisi angket penelitian. Setelah responden selesai mengisi angket maka peneliti kembali menyuruh agar responden memeriksa ulang kalau ada identitas atau pertanyaan yang belum diisi kemudian angket dikumpulkan oleh peneliti untuk diolah.

Data sekunder diperoleh dengan cara dokumentasi yaitu melihat dokumen prestasi belajar siswa.

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Persyaratan Data

Uji persyaratan data menurut Maksim (2012: 160) “ada 3 hal yang umumnya dilakukan, yakni: uji normalitas, uji homogenitas, dan uji linieritas. Uji normalitas dan homogenitas digunakan untuk persyaratan uji beda, sementara uji linieritas digunakan untuk persyaratan uji hubungan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas, dilakukan untuk mengetahui kenormalan data. Pengujian normalitas harus dilakukan apabila belum ada teori yang menyatakan bahwa variabel

yang diteliti adalah normal. Pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan bantuan program SPSS 16. Data dapat dikatakan normal jika nilai *Sig* atau signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui subjek penelitian berasal dari populasi yang homogen atau tidak. Uji homogenitas ini dilakukan terhadap *pretest* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Perhitungan uji homogenitas ini dibantu dengan fasilitas program *SPSS16.0forWindows*. Varian variabel adalah sama (H_a diterima) jika taraf signifikansi $>$ dari tingkat alpha yang ditentukan yaitu 5% (0,05). Data sampel homogen apabila perolehan signifikansi $> 0,05$. Sebaliknya, apabila signifikansi $< 0,05$ maka data sampel tidak homogen.

2. Menguji Hipotesis

Penelitian ini menganalisis hubungan kausalitas pengaruh variabel-variabel didalamnya. Hal tersebut dilakukan dengan melihat sejauh mana pengaruh perilaku hidup bersih dan sehat terhadap proses pembelajaran serta implikasinya pada prestasi siswa.

PEMBAHASAN

A. Deskripsi Tempat dan Subyek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Adapun pelaksanaannya yaitu pada tanggal 16-18 Januari 2017

2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto kelas IV dan V. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 120 orang. Kemudian dilakukan pengundian untuk mengambil sampel sebanyak 40 siswa.

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Tingkat Pengetahuan PHBS

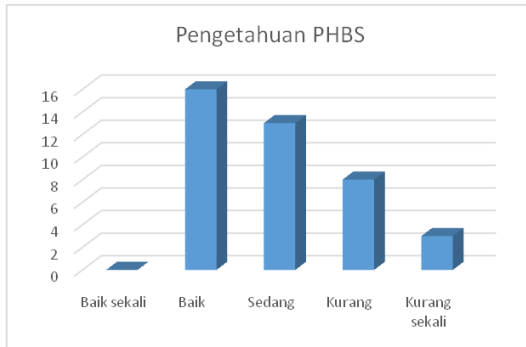
Diperoleh skor dengan nilai minimum 85 dan nilai maksimum 129. Nilai mean sebesar 114,8 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 10,7. Selanjutnya menyusun distribusi frekuensi berdasarkan kategori dalam Tingkat Pengetahuan PHBS. Berikut tabel distribusi frekuensi data yang diperoleh: Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan PHBS Siswa Kelas IV dan V.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 130$	Baik sekali	0	0,00%
$120 < X \leq 130$	Baik	16	40,00%
$109 < X \leq 120$	Sedang	13	32,50%
$98 < X \leq 109$	Kurang	8	20,00%
$X \leq 98$	Kurang sekali	3	7,50%
Jumlah		40	100,00%

Dijelaskan pada tabel bahwa sebanyak (0) siswa berkategori baik sekali, sebanyak (16) siswa

berkategori baik, sebanyak (13) siswa berkategori sedang, sebanyak (8) siswa berkategori kurang, dan sebanyak (3) siswa berkategori kurang sekali.

Berikut adalah histogram dari tingkat pengetahuan PHBS siswa kelas IV dan V SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto:



Gambar Histogram Tingkat Pengetahuan PHBS Siswa Kelas IV dan V SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto

2. Prestasi Akademik Siswa

Diperoleh skor dengan nilai minimum 67 dan nilai maksimum 98. Nilai mean sebesar 67 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 85,5. Selanjutnya menyusun distribusi frekuensi. Berikut tabel distribusi frekuensi data prestasi akademik siswa kelas IV dan V:

Tabel Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto .

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase	Prekuensi Kumulatif
67 - 72	2	5,00%	2
73 - 77	6	15,00%	8
78 - 82	7	17,50%	15
83 - 87	6	15,00%	21
88 - 92	11	27,50%	32

93 - 98	8	20,00%	40
Jumlah	40	100,00%	

Dijelaskan pada tabel bahwa sebanyak (2) siswa nilai interval 67 – 72 , sebanyak (6) siswa nilai interval 73 – 77, sebanyak (7) siswa nilai interval 78 – 82, sebanyak (6) siswa nilai interval 83 – 87, sebanyak (11) siswa nilai interval 88 – 92, dan sebanyak (8) siswa nilai interval 93 – 98.

Berikut adalah histogram dari prestasi akademik siswa kelas IV dan V sekolah dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto:



Gambar Histogram Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

C. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh sedangkan penggunaan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel

penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Chi Square*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis sampel berasal dari populasi berdistribusi normal, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Asymp. Sig* dengan 0,05. Kriterianya Menerima hipotesis apabila *Asymp. Sig* lebih besar dari 0,05, apabila tidak memenuhi kriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

Tabel Hasil perhitungan uji normalitas

No	Variabel	<i>Asymp.Sig</i>	Kesimpulan
1	Pengetahuan PHBS	0,624	Normal
2	Prestasi Akademik	0,978	Normal

Dari tabel diatas harga *Asymp. Sig* dari variabel pengetahuan PHBS 0,624 dan variabel prestasi akademik sebesar 0,978 Karena harga *Asymp.Sig* dari kedua variabel semuanya lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan sampel berdasarkan dari populasi yang berdistribusi normal diterima.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas mrnggunakan Uji F. Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga F perhitungan (F_{hitung}) dengan F dari tabel (F_{tabel}) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan

derajat kebebasan yang dipakai. Kriterianya adalah menolak hipotesis apabila harga F_{hitung} lebih besar atau sama dengan harga F_{tabel} dalam taraf signifikan yang dipakai, dalam hal lain tolak hipotesis. Cara lain untuk meolak atau menerima hipotesis adalah dengan membandingkan harga Signifikan hitung dengan 0,05. kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga signifikansi hitung lebih besar dari 0,05. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

F_{hitung}	F (0,05)(1,78)	Sig.	Kesimpulan
3,687	8,49	0,058	Homogen

Dari perhitungan diperoleh harga F_{hitung} sebesar 3,687, sedangkan F_{tabel} ($\alpha = 0.05$)(1/78) sebesar 8,49. Karena harga F_{hitung} lebih kecil dari harga F_{tabel} , maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama diterima. Cara yang kedua dengan membandingkan harga signifikansi hitung dengan 0,05 diperoleh hasil signifikansi hitung sebesar 0,058 ($>0,05$). Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa varians populasi homogen.

D. Hasil Pengujian Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa sebarannya normal dan variansinya homogen. Berikut hasil pengujian hipotesis berdasarkan hipotesis yang diajukan.

1. Terdapat pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Hasil analisis uji-t untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto dapat dilihat pada tabel berikut:
Tabel Rangkuman Hasil Analisis uji-t

Variabel	N	T_{hitung}	T_{tabel}
Pengetahuan PHBS	40	13,970	2,0227
Prestasi Akademik	40		

Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa $t_{hitung} = 13,970$ lebih besar dari $t_{(0,05)(39)} = 2,0227$ pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto diterima. Rangkuman analisis selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis, maka pembahasan dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

Terdapat pengaruh tingkat pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto $t_{hitung} = 13,970$ lebih besar dari $t_{(0,05)(39)} = 2,0227$ pada taraf signifikansi 5%.

Tanpa hidup bersih, seseorang akan rentan terkena penyakit dan terlihat tidak rapi dari segi penampilan. Dilihat betapa pentingnya kebersihan, maka perlu adanya pemahaman yang benar tentang kebersihan dan cara memperoleh kebersihan yang benar. Keadaan bersih tidaklah mudah didapat dengan otomatis tetapi membutuhkan pemahaman-pemahaman tentang kebersihan. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, bersih adalah dimana terbebas dari kotoran. Sedangkan menurut Undang-Undang No.11 Tahun 1963 yang dikutip oleh Wahid Iqbal Mubarak dan Nurul Cahyatin (2009: 336) bersih adalah segala usaha untuk memelihara dan mempertinggi derajat kesehatan. Usaha-usaha bagi umum adalah usaha-usaha yang dilakukan oleh badan-badan pemerintah, swasta, maupun perseorangan yang menghasilkan sesuatu untuk atau yang langsung dapat dipergunakan oleh umum.

Perilaku hidup sehat menurut Suharta dan Nurul Aini (1998: 10) yang dikutip oleh Aris adalah praktik kebiasaan hidup dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik siswa berada di kelas maupun di luar kelas. Sedangkan menurut Rusli Luthan (2000: 14) perilaku sehat adalah setiap tindakan yang mempengaruhi peluang

secara langsung atau jangka panjang sama konsekuensi fisik yang terwujud lebih baik. Perilaku hidup bersih dan sehat memiliki pengaruh terhadap prestasi akademik dikarenakan semakin siswa memiliki tingkat perilaku sehatnya bagus maka prestasi akademiknya bagus. Sehat merupakan modal utama untuk melakukan kegiatan sehari-hari tanpa halangan. Siswa yang memiliki badan yang sehat akan terhindar dari berbagai penyakit yang dapat menghambat kegiatan belajar. Siswa belajar juga membutuhkan kesehatan yang baik, karena belajar menggunakan waktu yang lebih dibanding ketika kesehatan siswa melemah.

Sekolah dapat mengontrol perilaku hidup bersih dan sehat dengan melakukan pemeriksaan kesehatan berkala terhadap siswa. Hasil pemeriksaan bisa dijadikan parameter untuk kesehatan siswa, selain itu untuk memberitahukan kepada orang tua jika anaknya sehat ataupun kurang sehat. Selain itu sekolah juga bisa memberikan sosialisasi bagaimana menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah maupun di sekolah. Jadi siswa mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat maka prestasi akademiknya akan baik karena terbukti terdapat pengaruh tingkat perilaku hidup bersih dan sehat terhadap prestasi akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan “Terdapat pengaruh tingkat

pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto $t_{hitung} = 13,970$ lebih besar dari $t_{(0,05)(39)} = 2,0227$ pada taraf signifikansi 5%”.

SARAN

Perilaku hidup bersih dan sehat memang seyogyanya terus di tingkatkan di kalangan siswa. melihat pentingnya dampak yang diberikan, maka para orang tua juga perlu dilibatkan. Prestasi yang baik, tentunya diperlukan sokongan dari diri sendiri, lingkungan dan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah Proverawati, Eni Rahmawati. 2012. *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Anas Sudijono. 2000. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Adam, Syamsunir. 1982. *Dasar-dasar Mikrobiologi Parasitisme untuk Perawat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Aip Syarifudin dan Muhadi. 1992/1993. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Bimo Walgito. 1997. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Yogyakarta: ANDI.
- Caly Setiawan. 2008. *Model Kurikulum Luar Ruangan Penjas*. Yogyakarta: FIK UNY.

- Hamid Anwar. 2005. *Pengaruh Permainan Shuttle Run terhadap Kelincahan Anak Usia 4-5 Tahun*. Skripsi. Surakarta: FIK UMS.
- Mubarak, Wahid Iqbal dan Nurul Chayatin, 2009. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Salemba Medika, Jakarta.
- Rusli Lutan. 2000. *Asas-asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga Depdiknas.
- Suharsimi Arikunto. 2000. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Sugiyono. 2012. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Soekidjo Notoatmodjo. 2007. Konsep perilaku kesehatan. In: *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Edisi I. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharto, Nurul Aini. 1998). *Buku Panduan Pendidikan Kesehatan* 5. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. PT Balai Pustaka.
- Saifuddin Azwar. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.